

# 令和2年度やまがた健康づくり大賞 健康経営部門 山形陸運株式会社

## 「人材こそが企業の宝」を理念とした健康経営の取組み

「従業員が元気で伸びやかに働いてこそ、会社の発展がある」という考えのもと、従業員が健康で生き生き働くために、健康診査の要精密検査の100%受診をはじめ、禁煙・受動喫煙対策、腰痛対策、健康ウォーキングの開催など社員の健康づくり、社員間のコミュニケーションづくりに力を入れています。

### 従業員の健康管理・働きやすい職場づくり

精密検査の受診を本人任せにせず、疾病の疑いがある社員には勧告するとともに休暇を与え、精密検査を受けさせます。

また、がん検診や睡眠時無呼吸症候群検査、脳ドックも導入し、健康管理を徹底しています。



**物流ニッポン** 1018 (金曜日)

**山形陸運 脳健診規定運用開始**

受診費用を全額負担

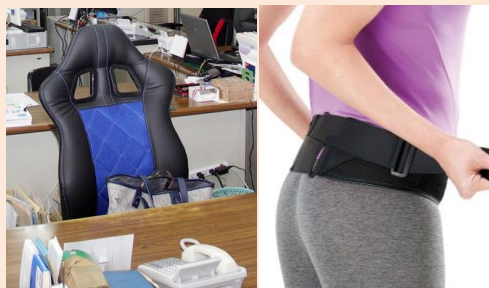
健康増進法の改正により、受動喫煙防止措置を実施

**運転席内及び建物内禁煙**

山形陸運株式会社

健康増進法の改正に対応し、受動喫煙防止措置として社屋内全面禁煙・運転席内の禁煙を実施しています。また、休憩スペースには禁煙を呼びかけるポスターを掲示しました。

運転職、事務職の腰痛予防、疲労軽減のために全社員への腰部骨盤ベルトの配布と事務職用ハイバックタイプ椅子を導入し、快適な職場環境づくりを推進しています。



### 「健康ウォーキング」の実施

個々の健康管理のために社員全員にリストバンド型活動量計を配布し、「健康ウォーキング」をスタートしました。上位者及び目標達成者を褒賞することで運動習慣者が増え、これまで延べ6億8422万歩、地球12周を達成！



### メンタルヘルス ハラスメント対策

役職者に対し、傾聴訓練を実施しました。また、毎年レクリエーション事業を開催し、社員間のコミュニケーションの活性化を図っています。



### 配偶者出産時休暇 育児休業取得促進

男性がほとんどの職場であるため、出産、子育てに携わる休暇の取得促進に取り組んでいます。

社員本人のみならず、家族からも大変好評な取組の一つとなっています。

※ 紹介している取組みは一例です。この他にも様々な健康づくりに取り組んでいます。



#### 団体概要

所在地：山形市流通センター4-1-2

従業員数：165人

設立：昭和25年6月

# 令和2年度やまがた健康づくり大賞 減塩推進部門 イオン東北株式会社

## 県立米沢栄養大学及び県と連携した減塩推進の取り組み

県民の生活習慣病予防のため山形県立米沢栄養大学及び県と連携して開発した「適塩弁当」を山形県内のイオン、マックスバリュ合計29店舗で販売しました。また、イベント等での「適塩弁当」の販売や減塩の普及啓発により、減塩に取り組みやすい食環境を提供し、地域住民の健康づくりに貢献しています。

### 「適塩弁当」の開発と販売

米沢栄養大学の学生が考案したレシピを基に学生と試作、試食検討を行い、商品を開発。季節の香味野菜や香辛料を取り入れ、塩味を補う工夫を凝らした商品が完成しました。平成28年度から県内のイオン、マックスバリュでの販売、地域のイベント等で販売し、健康的な食環境づくりに貢献しています。



### イベント等での減塩の普及啓発

#### 適塩弁当の販売・減塩PR

健康フェアやおしゃれなマルシェで、米沢栄養大学の学生とともに適塩弁当の販売やPRを実施しました。



やまがた健康フェア



おしゃれなマルシェ

#### 栄養バランス診断会

栄養士や米沢栄養大学と連携した栄養バランス診断会。フードモデルの組み合わせで、食事内容の確認が簡単にできます。



食育サツシステムを活用した栄養バランス診断会（イオンモール山形南）

#### 減塩プロジェクト

減塩コーナーを設置し、減塩商品のPR。WAONポイントを付加し、購入を促す取り組みも実施しています。



減塩コーナー



※ 紹介している取り組みは一例です。この他にも様々な健康づくりに取り組んでいます。



#### 団体概要

所在地：秋田市土崎港北1-6-25（本社）  
従業員数：13,547人  
設立：令和2年3月



# 令和2年度やまがた健康づくり大賞 減塩推進部門 株式会社丸十大屋

## 新たな減塩商品の開発と減塩普及の取組み

地域の健康増進に貢献する商品のレベルアップを図ることを目的として、平成26年より社内で「おいしく減塩プロジェクト」を始動し、新たな手法でおいしい減塩商品を開発しています。また、減塩商品のPRのみならず地域に密着した減塩普及活動を行っています。

### 「おいしく減塩プロジェクト」の展開

#### 脱塩装置の導入による 生産プロセスの強化

透析技術を応用した脱塩装置の導入により、うま味を落とすことなく、減塩商品を完成させることができるようになりました。



#### 減塩商品の開発と 減塩に役立つ容器の採用

減塩でも美味しい食事ができるよう、「減塩商品」の開発と「減塩に役立つ容器」を採用し、消費者にPRしています。

##### 減塩商品



##### 減塩に役立つ容器

一滴から注げる新鮮ボトル  
一押し0.2ml噴霧スプレー式



#### 減塩の普及啓発

減塩の必要性と理解を深め、家族の健康を共に考える機会となるよう、小中学生への食育授業を実施しています。



#### かるしおとは？

「塩を軽く使って美味しさを引き出す」という、国立循環器病研究センターが推奨する減塩の新しい考え方です。

「かるしお認定基準」に基づいて美味しさと栄養バランスを兼ね備えた商品に対して、「かるしお認定マーク」の表示が認められます。

##### かるしおの認定基準(抜粋)

弁当・定食等	1食 600kcal程度 食塩相当量 2g未満 野菜使用量 150g以上 たんぱく質 25~30g 脂肪エネルギー比 25%以下
菓子・惣菜等	1品(1人前)として適量であり、食塩相当量 0.5g未満
調味料類	同質の他の食品より30%以上食塩相当量をカットしたもの
加工食品	※ 同質の食品とは、産地の日本食品標準成分表に記載されている食品とります。 ※ 食塩とナトリウムは換算が1対1です。食塩相当量からナトリウム相当量を算出する必要があります。 認定基準の詳細は、国立循環器病研究センターからお問い合わせください。

#### 県内初の「かるしお」認定

「無添加 生みそ地蔵・減塩」が、県内初の「かるしお」認定を受けました。

山形県が展開している「減塩・ベジアッププロジェクト」と連携し、美味しい減塩商品の開発を進めています。



2020年11月1日現在で、134品目の「かるしお」認定食品が販売されています。



※ 紹介している取組みは一例です。この他にも様々な健康づくりに取り組んでいます。



#### 団体概要

所在地：山形市十日町三丁目10-1

従業員数：36人

設立：昭和28年4月

# 令和2年度やまがた健康づくり大賞 減塩推進部門 株式会社マルハチ

## 「健康」にこだわった商品開発の取組み

長年にわたり「低塩」や「合成着色料不使用」といった健康志向を追求するとともに、地元農家との契約栽培による安全安心な地場産野菜を素材とし、「健康」にこだわった製法を活かした「漬物=塩辛い」を払しょくするサラダ感覚の商品を開発・販売しています。山形県民のみならず全国の消費者へも商品をお届けし、健康への一助となる取組みを行っています。

### 「健康」へのこだわり

健康志向の消費者ニーズにあったものを作り上げるため年間50回（毎週1回）の商品開発会議を開き商品化を検討しています。その中から従来の漬物に比べ塩分を25%カットした商品を開発。減塩でありながら、満足感を与える美味しさを両立したサラダ感覚の減塩漬物を開発しました。



### 「原料」へのこだわり

50年以上前から契約栽培農家と二人三脚で野菜づくりに取り組んでいます。地元契約農家とマルハチの栽培技術指導員が一緒になって安全安心かつ高品質の野菜づくりを行います。手間をかけて大切に育てられたおいしい野菜がマルハチの漬物のおいしさとなるのです。



## 「地域」とのかかわり

### 地元農家との二人三脚

地元農家の冬のハウスの有効活用として減塩漬物専用品種の小松菜をハウス栽培してもらっています。原料を全量契約栽培することで、農家のみなさんの冬の現金収入の一端として定着しています。



### 社会科学習による普及啓発

地域の小・中学生の「漬物教室」、社会科学習をはじめ、工場見学を受け入れ、減塩の取組みや漬物は野菜をおいしく食べる方法の一つであることを紹介するなどして減塩のさらなる普及や農業の活性化を担っています。



※ 紹介している取組みは一例です。この他にも様々な健康づくりに取り組んでいます。



### 団体概要

所在地：庄内町廿六木字五反田75-1

従業員数：165人

設立：大正3年3月



# 令和2年度やまがた健康づくり大賞 地域団体部門 中通り商店街振興組合

## 「健康づくりを楽しめる商店街」の取組み

商店街にウォーキングコースをつくり、「まちなかウォーキング」を行っています。  
両サイドに設置されたアーケードにより、雨天時でも傘をささずに歩行でき、中通り商店街と隣接する酒田中和会商店街を周回すると約2キロになることから、地域住民が通年活用できるウォーキングコースを設置し、買い物も健康づくりも楽しめる商店街にしました。

### 商店街ならではのインセンティブを付与した健康づくりの取組み

ウォーキングコースマップとポイントが加算されるスマホアプリを使って、スタンプラリーを実施しました。貯まったポイントで商店街のお買物券に交換する等、インセンティブを付与して地域住民の健康づくりを促進するとともに、商店街の活性化にもつながっています。

アーケードや街灯にウォーキング用距離表やウォーキングを啓発する暖簾を掲げて視覚的にも健康づくりをPRしています。



### 地域の朝市とのコラボレーション

地域ならではの取組みとして、さかた北前朝市とコラボレーションし、商店街とその周辺地域を探索する「モーニングぶら探」を開催しました。



### 各種講習会の開催や 健康づくりに関する情報を発信

ウォーキングイベントの他、歩き方セミナー、足型測定会、筋力アップ教室（冬季間）、健康セミナーなど健康づくりに関する講習会を開催しています。また、中町にぎわいプラザと連携し健康づくりに関する情報発信を行っています。



※ 紹介している取組みは一例です。この他にも様々な健康づくりに取り組んでいます。



#### 団体概要

所在地：酒田市中町1丁目7-9

構成員数：60店舗

設立：昭和52年12月